

# Estudiar con música

Los jóvenes viven **escuchando música** todo el tiempo. Casi no hay actividad alguna que no musicalicen. Incluso, algunos se duermen escuchando alguna melodía.

La música es maravillosa, nadie lo va a discutir, pero la pregunta que cabe hacerse es si es beneficiosa o perjudicial a la hora de estudiar.

Seguramente habrán escuchado que **los especialistas no lo recomiendan en absoluto**. Alegan que la música solo produce **desconcentración** y cualquier actividad de estudio realizada en paralelo se verá afectada en rendimiento. Así como un automovilista deja de prestar atención al tráfico y al vehículo cuando habla por teléfono mientras conduce, de la misma forma un estudiante pierde el foco al estudiar y escuchar música.

Pero también sabemos que ponerse a **estudiar** varias horas en **silencio** puede ser tan efectivo como **aburrido**. Y tal vez tengas algún compañero que estudia escuchando música y sabes que le va bien, entiende todo y aprueba los exámenes. Entonces, eso significa que el poder de la musicalización no debe ser tan perjudicial.

Creo que la mejor manera de resolver este dilema es buscando el equilibrio. Cada estudiante es distinto el uno del otro y conoce en qué condiciones rinde mejor.

## Escuchar música al estudiar puede ser beneficioso si:

- Es preciso [simular un ambiente de estudio](#) porque estamos en un lugar donde hay muchos ruidos alrededor que nos distraen. En ese caso, conviene ponerse unos buenos auriculares y utilizar la música como hilo conductor de la jornada de estudio.
- Cuando hacemos alguna tarea repetitiva producto de llevar las materias al día. Por ejemplo un ejercicio de matemática que necesitamos repetir muchas veces para aprenderlo o también si debemos realizar algún gráfico o dibujo.
- Escuchamos música suave y en un idioma que no entendemos. En estos casos recomiendo escuchar música clásica y no puedo de poner a Frédéric Chopin como ejemplo. En mi opinión, uno de los mejores compositores de la historia.
- Mantenemos el volumen de moderado a bajo.
- Combinamos la música con periodos de silencio.

## Por lo contrario es perjudicial cuando:

- Leemos un texto y tenemos que resumirlo
- Estudiamos temas de elevada complejidad que requieren que estemos muy concentrados.
- Estudiamos para un examen. Cuanto más difícil sea el examen, menos recomiendo escuchar música.
- Escuchamos música cantada en un idioma que entendemos o que sabemos cantar. Eso puede distraernos.
- El volumen es demasiado alto que no podemos escuchar ni siquiera nuestros propios pensamientos.
- Al redactar. Si estamos escribiendo un texto para un trabajo práctico, por ejemplo, la música cantada puede complicarnos la vida.

En conclusión, lo que los especialistas dicen está clarísimo e incluso comprobado: la **música** nos roba algo de la **concentración** de nuestra mente. La música, en el equilibrio justo, puede ayudarnos a hacer la jornada de estudio mucho más atractiva y amena.

Artículo extraído de:

<http://www.mentesliberadas.com.ar/2011/11/15/estudiar-con-musica/>